

WATERVEILIG

VOORKOM ONGEVALLEN OP EN OM HET WATER



LERARENHANDLEIDING



WATERVEILIG: LESPAKKET OVER VEILIGHEID OP EN OM HET WATER

Welkom bij *Waterveilig*, het lespakket voor groep 7 en 8 van de basisschool. Met *Waterveilig* laat u uw leerlingen kennismaken met veiligheid op en om het water. Daar spelen hun eigen kennis, houding en gedrag een doorslaggevende rol bij het voorkómen van ongevallen. Ongevallen die vaak ernstige gevolgen (kunnen) hebben.

U kunt *Waterveilig* gebruiken in een project over watersport, veiligheid of zelfs ethiek, als losse les voor 'tussendoor', of als eindles voor een vakantie. U kunt zelf bepalen hoe u *Waterveilig* in uw lessen inpast en hoeveel tijd u eraan besteedt.

Waterveilig is een initiatief van de Koninklijke Nederlandse Redding Maatschappij (KNRM) en Reddingsbrigade Nederland, in samenwerking met Stichting Dutch Lifeguards en de Maatschappij tot Redding van Drenkelingen. Als je op of om zee of onze rivieren en meren in gevaar bent, zetten zij alles op alles om je te vinden en te redden. Met strandwachten, reddingsboten, patrouilles, medische voorzieningen en voorlichting. Daarnaast besteden deze partijen veel aandacht aan het voorkómen van noodsituaties. Daarom verstrekken zij onder andere dit lespakket *Waterveilig* gratis aan leraren van groep 7 en 8.

LESDOEL

Het doel van *Waterveilig* is leerlingen bewust te maken van de mate waarin zij de veiligheid van henzelf en anderen op en om het water kunnen vergroten. Concreet gaat het om drie zaken:

- **Vergroting van kennis over veiligheid op en om het water.** Het toetsen en vergroten van kennis bij leerlingen. Kortom: wat weet jij?
- **Inschatten van het eigen kunnen op en om het water.** Het leerlingen helpen ontdekken wat zij wél en niet kunnen, en wat de invloed van externe factoren is op hun kunnen. Kortom: wat kun jij?
- **Nadenken over het eigen gedrag op en om het water.** Het leerlingen helpen inzien van de invloed van omgevingsfactoren op hun gedrag op en om het water, en hoe hun gedrag hun veiligheid beïnvloedt. Kortom: wat doe jij?

AANSLUITING OP DE KERNDOELEN

Waterveilig sluit aan op de volgende kerndoelen voor het basisonderwijs, zoals die geformuleerd zijn door het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap:

Kerdoel 34: De leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.

Kerdoel 35: De leerlingen leren zich redzaam te gedragen in sociaal opzicht, als verkeersdeelnemer en als consument.

Kerdoel 58: De leerlingen leren samen met anderen op een respectvolle manier aan bewegingsactiviteiten deelnemen, afspraken maken over het reguleren daarvan, de eigen bewegingsmogelijkheden inschatten en daarmee bij activiteiten rekening houden.

INHOUD VAN HET LESPAKKET

Waterveilig bestaat uit lesmiddelen voor het digitale schoolbord, en fysieke lesmaterialen. We zetten de onderdelen even voor u op een rijtje.

- **Website www.waterveilig.nl.** Hierop vindt u de digitale lesmaterialen (zoals een quiz, en een zoekplaat) die u kunt gebruiken op het digitale schoolbord. Ook treft u er deze lerarenhandleiding en de werkbladen aan als handige download.
- **Leerlingenboekje.** Dit kunt u uitdelen aan uw leerlingen om thuis door te nemen. Ook kunt u (delen van) het boekje behandelen in de klas. In deze lerarenhandleiding vindt u suggesties hoe u dit kunt inpassen in uw les.
- **Lerarenhandleiding.** Deze ligt vóór u. Hierin vindt u informatie over de lesopzet, lesdoelen, praktische lessuggesties en achtergrondinformatie.
- **Werkbladen.** Deze kunt u gebruiken als individuele opdracht voor leerlingen, of als aanleiding voor een klassikaal gesprek over veiligheid op en om het water. U vindt de werkbladen op www.waterveilig.nl.



Met de lesvormen uit het lespakket kunt u leerlingen zowel klassikaal als individueel aan de slag zetten.

ZO WERKT WATERVEILIG

Waterveilig biedt u diverse middelen en aanleidingen om in uw lessen aandacht te besteden aan veiligheid op en om het water. Daarbij geldt dat u als leraar uiteraard zélf kunt bepalen wanneer en op welke wijze u dit in uw lessen kunt inpassen. We hebben een aantal mogelijkheden voor u op een rij gezet, verdeeld over de drie thema's die in de lesmaterialen aan bod komen:

- Wat weet jij?
- Wat kun jij?
- Wat doe jij?

WAT ZOU JIJ DOEN?

Dit onderdeel draait om het toetsen en vergroten van de kennis die leerlingen hebben over water en zwemomstandigheden. Want alléén als je alle informatie hebt, kun je inschatten of je iets kúnt of gaat doen.

LEERLINGENBOEKJE (PAGINA 4 T/M 7)

In het leerlingenboekje gaan vier pagina's over het thema's 'Wat weet jij?'. U kunt deze vier pagina's behandelen, of een deel hiervan. Een suggestie voor gebruik in de klas vindt u hieronder. Natuurlijk kunt u het boekje ook gewoon uitdelen aan leerlingen zodat die thuis nog eens kunnen nalezen waarover u het in de les met hen gehad hebt: veiligheid op en om het water.

GROEPSOPDRACHT: ELKE DAG IS ANDERS

Een zwembad heeft altijd dezelfde stroming, dezelfde temperatuur, en vaak zelfs dezelfde mensen die toezicht houden. Open water is anders. U kunt aan de hand van dit stukje klassikaal een lijst maken met alles dat aan open water anders is dan het zwembad waar uw leerlingen normaal zwemmen. Denk aan getijden, stroming, drijvende voorwerpen, ondiepten, etc. Ook leuk: deel uw klas op in groepjes, en laat leerlingen in twee minuten in klein verband zoveel mogelijk verschillen opschrijven. Wie weet het meest?



KLASSENGESPREK: ERVARINGSVERHAAL

Laat leerlingen het verhaal van Delano en Roana lezen. Wáár ging het hier verkeerd? Hoe kwam Delano zo onverwacht in gevaar? En hoe wist Roana wat ze moest doen om hem te redden? Hoe zouden uw leerlingen reageren in zo'n situatie? Een mooie aanleiding voor een klassengesprek.

INFORMATIE: WIE IS HET MEEST IN GEVAAR?

Aan de hand van deze plaatjes kunt u kort uitleggen hoe verdrinken werkt. De informatie die u hier voor nodig hebt, staat op pagina 18 vermeld. Een veelvoorkomend misverstand is dat mensen die écht in nood zijn altijd veel misbaar maken en om hulp schreeuwen. Drenkelingen die dit stadium voorbij zijn, verdwijnen juist in alle stilte onder water, en zijn in acute doodsnood. Tip: als u het onderdeel klassikaal behandelt, kunt u gebruik maken van de knipvellen (1, 2, 3) om te stemmen. Die vindt u op www.waterveilig.nl.



INDIVIDUELE OPDRACHT: STELLINGENSPEL

De antwoorden op deze vijf stellingen vindt u - met uitleg - eveneens in het leerlingboekje (pagina 18). Tip: als u het onderdeel klassikaal behandelt, kunt u gebruik maken van de knipvellen (met de duimen) om te stemmen. Die vindt u op www.waterveilig.nl.

ONLINE QUIZ

DIGIBORD OPDRACHT: Deze quiz is geschikt voor het digitale schoolbord. U vindt hem op www.waterveilig.nl. De antwoorden en achtergrondinformatie die u uw leerlingen kunt vertellen, vindt u hierbij. Tip: als u de quiz behandelt, kunt u gebruik maken van de knipvellen (A, B, C) om te stemmen. Die vindt u op www.waterveilig.nl.

- Vraag 1:** C. De waterdruk binnen en buiten de auto moet gelijk zijn om de deur te kunnen openen. Je krijgt de deur niet open tegen de druk van het water in, als de auto nog vol met lucht zit. Een raam open maken om te ontsnappen is je beste optie. Als een raam niet open wil (bijvoorbeeld omdat de elektra kortgesloten is), dan is intrappen of inslaan een optie. De voorruit is daar bij de meeste moderne auto's niet geschikt voor. Een reddingshamer is een uitkomst om een zijraam in te slaan.
- Vraag 2:** C. Zorg eerst voor je eigen veiligheid, voordat je iemand anders helpt! Bel 112, zorg voor hulp van omstanders, en weet hoe je het water weer uit kunt komen voordat je er in gaat. En kijk of je iemand iets toe kunt werpen om te helpen (touw, reddingsboei, etc.).
- Vraag 3:** B. In koud water verlies je snel je krachten, en raak je onderkoeld. Ijs van meer dan een centimeter dik krijg je bijna niet kapot. Maak dus met je benen zwemslagen en probeer je lichaam zo snel mogelijk op het ijs te schuiven in de richting waar je vandaan kwam.
- Vraag 4:** C. De witte haai is weliswaar gevaarlijk, maar komt niet voor aan de Noordzeekust. Het kleine visje is de pieterman. Hij leeft in de Noordzee langs de kust, en verstopt zich in het zand. Het visje heeft drie giftige stekels op zijn rug. Als je er per ongeluk op trapt, doet het erg pijn en kun je er niet mee zwemmen. Afspoelen met heel warm water helpt gelukkig goed. Ook kwallenbeten kunnen behoorlijk irriteren. Daar helpt spoelen met zeewater vooral erg goed tegen.
- Vraag 5:** C. Tegen de stroom in zwemmen put je uit, waardoor je kunt verdrinken. Meedrijven maakt de afstand tot de kust waarschijnlijk te groot om terug te komen. Zwem dus parallel aan het strand de stroming uit, en zwem dan pas terug naar de kust. De meeste van deze stromingen (muien) zijn vrij lokaal.

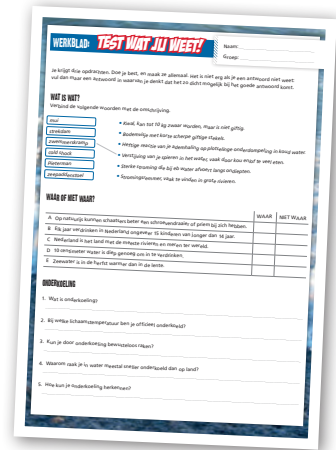
- Vraag 6:** B. Gevaarlijke zwemomstandigheden, bijvoorbeeld door stroming of wind. Niet te ver de zee in dus, en extra goed opletten op het advies van lifeguards. Bij een verbod wordt de rode vlag gehesen. Verbranden kun je op elke zonnige dag natuurlijk. En soms heb je dat op het strand door wind en water niet goed door. Goed smeren dus als je in de zon op het strand blijft!
- Vraag 7:** C. Het maakt niet uit in welke rivier je zwemt: elke rivier heeft stroming. En vaak een krachtige stroming. Dát is wat zwemmen in een rivier gevaarlijk maakt. Zwem nooit tegen de stroom in, maar haaks er op naar de kant. Dat is minder uitputtend, ook al moet je een eind teruglopen. In Nederlandse rivieren zorgen schepen voor extra stroming en golven, die bij strandjes gevaarlijk kunnen zijn. In Frankrijk stromen rivieren vaak harder waardoor je rotsen niet kunt ontwijken.
- Vraag 8:** C. Italië heeft strenge wetten op gebied van hygiëne in zwembaden. Met een badmuts op voorkomt men dat er haren in de filters van het zwembad komen. Het water blijft dus langer schoon.
- Vraag 9:** B. De naam schoolslag komt van het schoolzwemmen. Sinds 1920 wordt zwemles aan schoolklassen gegeven. De schoolslag kon klassikaal worden uitgelegd. Soms met hulp van een hengel of een haak om de zwemmer boven water te houden.
- Vraag 10:** B. Als je stilligt, koel je minder af dan als je beweegt. Door terug te peddelen ben je sneller op de kant, waar je meestal minder snel afkoelt dan in het water. Het menselijk lichaam raakt soms wel twintig keer zo snel warmte kwijt in water als in lucht. Daarom dragen de meeste surfers een surfpak dat beschermt tegen snelle onderkoeling.

Maak de quiz nóg interactiever met de ABC-knipvellen die u kunt downloaden op www.waterveilig.nl!



WERKBLAD 1: TEST WAT JE WEEET!

Met dit werkblad kunt u uw leerlingen aan het werk zetten om kennis te toetsen en te vergroten. U vindt het werkblad als handige downloadbare pdf op www.waterveilig.nl. De antwoorden van de vragen (met achtergrondinformatie die u uw leerlingen kunt geven) vindt u hier onder. Het blad is bedoeld om leerlingen te doen beseffen dat ze niet alles weten. Het geven van een – desnoods gegokt – antwoord is dus belangrijker dan het geven van een correct antwoord. Leidt het werkblad bijvoorbeeld in met een filmpje, en gebruik het als handvat voor een klassengesprek na afloop.



WAT IS WAT?

Mui – sterke stroming die het water terug naar zee voert. Deze kan zo sterk worden dat je er niet tegenin kunt zwemmen. De beste manier om aan een mui te ontsnappen is parallel aan de kust zwemmen. Als de stroming afneemt, kun je weer terug naar de kust.

Strekdam – stromingsremmer. Een korte dam in het water die afslijten van de kust door stroming moet voorkomen. Naast de strekdammen is de stroming een stuk sterker, waardoor je de rivier of zee in getrokken kan worden.

Zwemmerskramp – verkramping van je spieren in het water, die zo heftig is dat je niet goed meer kunt zwemmen. Ontstaat vaak door te sterke afkoeling van de spieren of door inspanning na het eten. Het is één van de meest voorkomende oorzaken waardoor zelfs ervaren zwemmers in de problemen komen.

Cold shock – heftige reactie van je ademhaling op plotselinge onderdompeling in koud water. Hierdoor kun je water inademen, en nog meer in paniek raken.

Pieterman – bodemvisje met korte scherpe giftige stekels, dat zich verstopt in het zand. In het water moeilijk te zien, zodat je er makkelijk op kunt trappen. Dat levert een verlamdende pijn in je voet op, die het zwemmen bijzonder moeilijk maakt.

Zeepaddenstoel – kwal, kan tot 10 kg zwaar worden, maar is niet giftig. Er zijn veel kwalen. De meeste zijn niet giftig voor mensen. Andere kwalen zijn juist wél giftig. In de Noordzee gaat het om twee soorten die huidirritatie veroorzaken die lijkt op die van brandnetels. Kwallenbeten aan onze kust kun je het beste behandelen door ze met overvloedig zeewater of lauw water af te spoelen.

WAAR OF NIET WAAR?

- A WAAR.** Daarmee kunnen ze makkelijker uit een wak of bijt klimmen als ze in het water belanden.
- B WAAR.** Helaas. De meesten daarvan in de buurt van hun ouderlijk huis, in vijvers, sloten en zelfs in bad.
- C NIET WAAR.** We hebben weliswaar veel water per vierkante kilometer, maar landen zoals Finland hebben nóg meer binnenwater dan wij.
- D WAAR.** Als je neus en mond zich onder water bevinden, kun je ook in zeer ondiep water verdrinken. Bijvoorbeeld omdat je bewusteloos bent. Of een baby die zich nog niet zelf kan omrollen.
- E WAAR.** Zeewater doet er erg lang over om op te warmen in de lente, maar raakt zijn warmte ook maar langzaam kwijt. In april is de Noordzee langs onze kust gemiddeld 7 graden. In oktober nog 17 graden Celsius.

ONDERKOELING

1. Onderkoeling is het afkoelen van het lichaam tot ruim onder de normale lichaamstemperatuur.
2. Je bent officieel onderkoeld bij een lichaamstemperatuur van 35 °C.
3. Ja, dat kan. De meeste mensen raken bewusteloos bij 32 °C.
4. In water raakt je lichaam zijn warmte 20 keer zo snel kwijt als in lucht.
5. Verschijnselen waaraan je onderkoeling kunt herkennen, zijn onder andere rillen, sufheid, verward praten en stijfheid.

WAT KUN JIJ?

Dit onderdeel draait om het inschatten van de eigen zwemvaardigheid van leerlingen, onder wisselende omstandigheden. Zodat leerlingen kunnen voorkómen dat ze in situaties terechtkomen die ze niet aankunnen.

LEERLINGENBOEKJE (PAGINA 8 T/M 11)

In het leerlingenboekje gaan vier pagina's over het thema's 'Wat doe jij?'. U kunt deze vier pagina's behandelen, of een deel hiervan. Een suggestie voor gebruik in de klas vindt u hieronder. Natuurlijk kunt u het boekje ook gewoon uitdelen aan leerlingen zodat die thuis nog eens kunnen nalezen waarover u het in de les met hen gehad hebt: veiligheid op en om het water.

INDIVIDUELE OPDRACHT: BEHENDIGHEIDSTESTJE

Doe met leerlingen kort dit testje. Vraag vooraf hoeveel van hen dit zonder problemen denken te kunnen. Check na het testje hoe veel leerlingen dit ook daadwerkelijk zo gelukt is. Valt het mee of tegen?



KLASSENGESPREK: ERVARINGSVERHAAL

Laat leerlingen het verhaal van de twee broers lezen, die om privacyredenen graag anoniem bleven in dit boekje. De man die ze gered hebben, was zéér ervaren als zwemmer én kende de plek goed. Wáár ging het dan tóch verkeerd hier? Heeft die man zijn kunnen verkeerd ingeschat? Een mooie aanleiding voor een klassengesprek.

INDIVIDUELE OPDRACHT: SCHRIJFOPDRACHT

Laat leerlingen het artikeltje lezen over zwemmen in zee. Wat voor ervaring hebben zij zelf met zeezwemmen? Zijn ze überhaupt wel eens naar zee geweest? Een fraai onderwerp voor een kort verhaal. Laat leerlingen een kort opstel schrijven. Loof een prijs(je) uit voor het beste verhaal, te kiezen door een jury van klasgenoten. Tip: voor sommige leerlingen kan het beter werken om zélf de eerste twee of drie zinnen van het verhaal te geven, zodat zij het alleen nog hoeven afmaken.

INDIVIDUELE OPDRACHT: DOE-OPDRACHT

U kunt deze opdracht met uw leerlingen individueel maken, of in groepjes. Maak van de vijf dingen die elke leerling opschrijft een top drie van de klassikaal meest voorkomende verschillen.



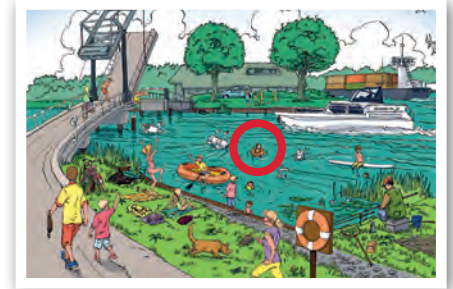
INDIVIDUELE OPDRACHT: ZOEK DE VERSCHILLEN

Deze zoekopdracht is vergelijkbaar met de online zoekplaat op www.waterveilig.nl. In het leerlingenboekje is deze bedoeld voor individueel gebruik.

ONLINE ZOEKPLAAT

DIGIBORD OPDRACHT: De korte animatie met de zoekplaat is geschikt voor het digitale schoolbord. U vindt hem op www.waterveilig.nl. Start het filmpje, en laat leerlingen de verschillen tussen de beide platen zoeken en opschrijven. Hoeveel van uw leerlingen missen in de drukte de verdwenen zwemmer?

Aan de hand van de resultaten kunt u vertellen hoe lastig het is om in de drukte het overzicht te bewaren. En hoe slecht het mensen kan opvallen dat je in nood bent. Zorg daarom te allen tijde dat je zichtbaar blijft, en dat je zelf ook oplet of andere mensen wel veilig zijn. Een ongeluk zit in een klein hoekje!



WERKBLAD 2: IN HET NIEUWS

Dit werkblad biedt u handvatten om met leerlingen (klassikaal of in groepjes) in gesprek te komen over het inschatten van hun eigen zwemvaardigheid en die van anderen. U vindt het werkblad als handige downloadbare pdf op www.waterveilig.nl. Korte krantenberichtjes vormen daarbij het startpunt voor de gesprekken. Te denken valt aan:



Recordaantal strandgangers in de problemen

Waarom komen juist op zo'n mooie eerste lentedag veel mensen in de problemen (gebrek aan recente ervaring, enthousiasme)? Is dat toeval (nee: de eerste mooie dagen van het jaar zijn altijd erg druk)? Of letten badgasten gewoon minder op omdat ze eindelijk weer lekker in zee kunnen zwemmen? En in hoeverre speelt mee dat het zeewater in de lente nog koud is (kramp, onderkoeling)? Welke gevaren zien úw leerlingen?

'Zwemvesten zijn stom'

Een zwemvest heb je bijna nooit nodig. En al helemaal niet op een rustige dag op een meertje, toch? Welke gevaren zijn er die je misschien niet ziet, die een zwemvest wél opvangt (overboord slaan bij overstag gaan, zwemmerskramp, koud water, gebrek aan zwemervaring in open water)?

*Laat leerlingen hun eigen zwemervaringen
– leuk én minder leuk – delen met elkaar.*



Politie waarschuwt brugduikers

In Nederland is het verboden om van bruggen af te duiken. Maar veel kinderen doen het tóch. Daarom is het verstandig dat ze zich realiseren wat gevolgen kunnen zijn. Wat betekent een lage waterstand (ondiep water, gevaar om de bodem te raken)? Hoe weten ze wat er onder het wateroppervlak ligt aan obstakels (dat kunnen ze niet weten totdat ze iets raken)? Varen eventuele schepen ook anders als het water laag is (vaargeul drukker bevaren)? Juist dit soort onvoorspelbare factoren maakt dat het niet toegestaan is om bruggen als springplank te gebruiken...

ZWEMVAARDIGHEID GAAT ACHTERUIT

Steeds minder mensen kunnen écht goed zwemmen. Is dat erg? Welke diploma's hebben uw leerlingen eigenlijk? Hoe goed vinden ze dat ze zelf kunnen zwemmen (veel mensen overschatten hun eigen kunnen)? Hoe vaak oefenen ze nog met zwemmen? En hoe vaak in open water?

Redder zelf het ziekenhuis in

Kennen uw leerlingen iemand die gered is? Of die iemand gered heeft? Wat zouden úw leerlingen doen als ze iemand in nood zagen? Gelijk er in springen om iemand te redden? Of toch eerst even hulp bellen of halen? Als stelregel geldt: eerst zorgen dat je zelf óók veilig bent voordat je hulp aan anderen biedt. Want op nóg iemand in nood zit niemand te wachten. Dus bel eerst 112, of vraag iemand anders dat te doen... En probeer eerst vanaf de kant te redden, bijvoorbeeld met een touw of door iets toe te gooien dat blijft drijven.

Jetski's verboden op recreatiemeer

Vinden uw leerlingen ook dat zo'n verbod nodig is? Of kunnen jetski's en zwemmers prima samen? Ook als de jetskiërs de zwemmers bijna niet kunnen zien (alleen hun hoofden namelijk!)? En als zwemmers vanwege de herrie andere mensen niet kunnen waarschuwen?



Met de werkbladen kunt u leerlingen individueel aan het werk zetten.

WAT DOE JIJ?

Dit onderdeel behandelt sociale omgevingsfactoren. Zaken zoals groepsdruk, sociale controle, etc. die het beslissingsproces van uw leerlingen kunnen beïnvloeden.

LEERLINGENBOEKJE (PAGINA 12 T/M 15)

In het leerlingenboekje gaan vier pagina's over het thema's 'Wat doe jij?'. U kunt deze vier pagina's behandelen, of een deel hiervan. Een suggestie voor gebruik in de klas vindt u hieronder. Natuurlijk kunt u het boekje ook gewoon uitdelen aan leerlingen zodat die thuis nog eens kunnen nalezen waarover u het in de les met hen gehad hebt: veiligheid op en om het water.

KLASSENGESPREK: OVER GROEPSDRUK

Iedereen heeft wel eens iets gedaan onder druk van anderen. Om indruk te maken op iemand. Of om indruk te maken op jezelf. En soms zijn dat dingen waarvan je achteraf denkt dat je ze beter niet had kunnen doen. Bijvoorbeeld omdat het gevaarlijk was. Een goed onderwerp voor een klassengesprek. Welke van uw leerlingen zijn zich bewust van groepsdruk? Kunnen ze voorbeelden geven van achteraf misschien minder verstandige beslissingen? Belangrijk bij een dergelijk gesprek is om de gesprekscultuur open te houden. Laat mensen ruim aan het woord, tolereer onderbrekingen niet, en stel open vragen. U kunt bijvoorbeeld ook vertellen over uw persoonlijke ervaringen met groepsdruk.

KLASSENGESPREK: ERVARINGSVERHAAL

Laat leerlingen het verhaal van Stef, Federico en Freddy lezen. Waarom dacht iedereen dat Freddy ze voor de gek hield toen hij op de bodem lag? En waarom hielpen andere mensen in het zwembad niet een handje? Het was immers heel druk in het zwembad? Een mooie aanleiding voor een klassengesprek. Zouden uw leerlingen gelijk doorhebben hoe ernstig de situatie was? U kunt uw leerlingen ook tips meegeven hoe te handelen in die situatie. Stef en Federico geven als tip om er zo snel mogelijk een volwassene bij te halen. En om niet in het algemeen om hulp te vragen, maar écht iemand aan te wijzen en te zeggen welke hulp je van hem of haar verwacht.

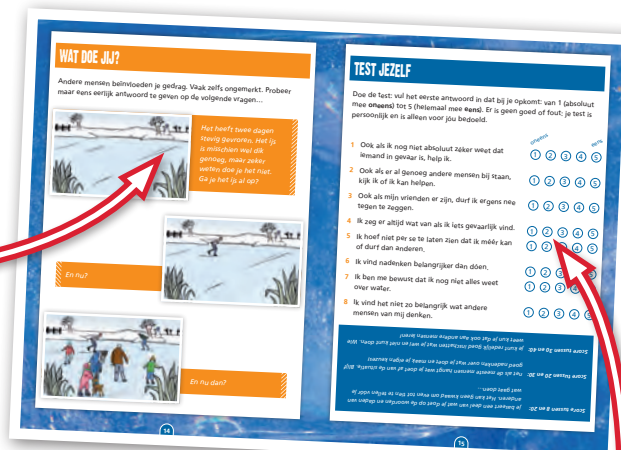


Als leraar bepaalt u zélf hoeveel tijd u wilt besteden aan het thema waterveiligheid.



INDIVIDUELE OPDRACHT: DILEMMASPEL

Deze dilemma's zijn vergelijkbaar met de eerder behandelde online zoekplaat op www.waterveilig.nl. In het leerlingenboekje zijn deze bedoeld voor individueel gebruik.



INDIVIDUELE OPDRACHT EN/OF KLASSENGESPRAK: TEST JEZELF

Laat uw leerlingen de zelftest doen, in alle rust. Benadruk het belang van eerlijke antwoorden. Herkennen leerlingen zich in de antwoorden? Waarom wel of niet? Hoe scoren ze zichzelf? En wat is hun score als een klasgenoot hen beoordeelt? Waarom verschillen die twee scores?

ONLINE DILEMMA'S

DIGIBORD OPDRACHT: Het stellingenspel 'Wat doen úw leerlingen?' is geschikt voor het digitale schoolbord. U vindt het op www.waterveilig.nl. Met dit spel kunt u leerlingen laten ervaren waar hun grenzen liggen bij het nemen van beslissingen of ze iets wél of juist niet doen. Laat de platen één voor één zien, en stel de bijbehorende vraag. Die biedt de aanleiding voor een klassengesprek. Vraag regelmatig wie wél en wie niet zou gaan redden, bijvoorbeeld met handopsteken:



Je wilt gaan helpen. Maar het is uitgestorven, en iemand redden kán ook gevaarlijk zijn voor jou. Welke keuze maken leerlingen? Gaan ze voor direct redden? Of bellen ze eerst 112 en gaan ze dan redden? En als ze geen telefoon bij zich hebben? En als het nu bijna vriest van de kou? En als het nou donker is? Waar, kortom, liggen de grenzen van wat leerlingen nog denken te doen om iemand te redden?



Juist als er veel mensen staan te kijken, is het gevaar groot. Iedereen gaat er van uit dat iemand wel iets doet. En als niemand actie onderneemt, is het kennelijk ook niet zo ernstig. Toch? In deze situatie neemt niemand het voortouw, waardoor degene die in gevaar is gewoon kan verdrinken. Iedereen voor zich rechtvaardigt zijn gebrek aan initiatief door te wijzen op het kennelijke gebrek aan urgentie, want anders had 'iemand wel iets gedaan'. Dit kun je oplossen door assertief actie te ondernemen, en instructies te geven aan omstanders waar die moeten helpen.



Laten uw leerlingen zich tegenhouden? Of gaan ze toch voor de redding? Waarom zou iemand je überhaupt tegenhouden? Is er een gevaar dat je over het hoofd gezien hebt? Hoe ga je met zo'n situatie om?

WERKBLAD 3: TEST JEZELF

U vindt het werkblad als handige downloadbare pdf op www.waterveilig.nl. Deel het werkblad uit aan al uw leerlingen. Geef ze een minuut of twee om de vragen te beantwoorden en zichzelf een cijfer tussen 1 en 10 te geven. Leerlingen kunnen hun cijfer invullen op de medaille op het werkblad. Tip: laat leerlingen de medaille uitknippen en opspelden.

Laat elke leerling zijn of haar antwoorden vervolgens doorgeven aan de medeleerling die naast hem of haar zit. Zorg dat deze medeleerling dezelfde vragen nogmaals beantwoord, maar nu niet over zichzelf, maar over zijn buurman of -vrouw, bijvoorbeeld aan de hand van een kort interviewtje. Laat de antwoorden in een andere kleur pen invullen.

Verschillen de uitkomsten van het eigen cijfer van een leerling met dat van wat een klasgenoot geeft? Waarom is dat? Aan de hand hiervan kunt u uitleggen dat veel mensen geneigd zijn hun eigen kunnen aan te dikken, of te hoog in te schatten. En al helemaal onder groepsdruk. U kunt dit effect nog groter maken door vooraf een beloning uit te loven voor degene die vindt dat hij of zij het beste kan zwemmen. Dit maakt het verschil tussen de eigen beoordeling en de beoordeling door een klasgenoot nóg groter.

WERKBLAD 3: TEST JEZELF Naam: _____
Groep: _____

STELLEN
Vul de volgende kolommen in. Laat je klasgenoot dit in de afgesproken kleur invullen.

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1. Ik kan prima zwemmen. | | | | | | | | | | |
| 2. Ik ga niet te snel. | | | | | | | | | | |
| 3. Ik weet wat erop te zien komt, maar of ik kan. | | | | | | | | | | |
| 4. Ik weet wat erop te zien komt, maar ik kan het niet. | | | | | | | | | | |
| 5. Ik kan het niet. | | | | | | | | | | |
| 6. Ik kan het niet, maar ik wil het wel. | | | | | | | | | | |
| 7. Ik kan het niet, maar ik wil het wel. | | | | | | | | | | |
| 8. Ik weet niet wat erop te zien komt, maar ik wil het wel. | | | | | | | | | | |
| 9. Ik weet niet wat erop te zien komt, maar ik wil het wel. | | | | | | | | | | |
| 10. Ik weet niet wat erop te zien komt, maar ik wil het wel. | | | | | | | | | | |

DEE OER VAN AANZIJNEN
Hoe goed kan ik? (nummer 1-10)
Naam van klasgenoot: _____
Cijfer: _____

Lukt het úw leerlingen om hun eigen zwemvaardigheid goed in te schatten?



LESTIPS EN -SUGGESTIES

- Introduceer uw les met een film over veiligheid op en om het water. Op het YouTube-kanaal van de KNRM vindt u er vele: www.youtube.com/user/knrm.
- Gebruik *Waterveilig* als onderdeel van een project over water, watersport of veiligheid. U kunt bijvoorbeeld uw leerlingen een vrije opdracht meegeven om een filmpje te maken over veiligheid op of om het water.
- Hebt u bijzondere foto's of ideeën naar aanleiding van het maken van *Waterveilig*? Dan stellen we het op prijs als u die mailt naar ons. Kijk op www.waterveilig.nl voor het e-mailadres.
- Zijn er leerlingen lid van een reddingsbrigade? Laat ze er aan hun klasgenoten méér over vertellen.
- Pas vanaf je 16e mag je als redder aan de slag: of je nu vrijwilliger bent of beroeps. Voor minderjarigen is wél een rol weggelegd in de ondersteuning van reddingsbrigades en lifeguards. Meer informatie vindt u op www.waterveilig.nl. Wellicht een idee om die ene leerling van u die zo goed kan zwemmen hier op te attenderen?
- Niets spreekt méér tot de verbeelding dan hulpverleners en redders op het water in het echt ontmoeten. Ontdek op www.waterveilig.nl wanneer reddingsbrigades open dagen houden, of wat de mogelijkheden voor excursies, gym- en zwemlessen zijn.
- De vrijwilligers van de KNRM en de reddingsbrigades vertellen graag meer over hun werk. Via www.waterveilig.nl komt u met ze in contact. Bijvoorbeeld voor een gastles.
- Kijk voor actuele informatie op www.waterveilig.nl.



KNRM en reddingsbrigades laten op open dagen graag zien wat zij in huis hebben.

ACHTERGRONDINFORMATIE

OVER DE KNRM

De Koninklijke Nederlandse Redding Maatschappij (KNRM) is een stichting voor het verlenen van hulp aan mensen die in nood verkeren langs de Nederlandse kust. Het werk van de KNRM begon in 1824, naar aanleiding van een scheepsramp voor de kust van Huisduinen, waarbij drie schipbreukelingen en zes redders omkwamen. Aanvankelijk kende Nederland twee reddingsmaatschappijen. Sinds 1991 zijn deze gefuseerd in één organisatie, de KNRM.

Het werk van de KNRM wordt betaald uit giften van donateurs, nalatenschappen en sponsoring.

Meer dan 1.300 vrijwilligers werken voor de KNRM, als bemanningsleden en medewerkers. De KNRM staat 24 uur per dag, 7 dagen per week klaar. De KNRM rukt elk jaar een paar duizend keer uit. In 2014 bijvoorbeeld maar liefst 2438 keer. Daarbij werden 3420 mensen gered of uit de problemen geholpen. Kijk voor meer informatie op www.knrm.nl.

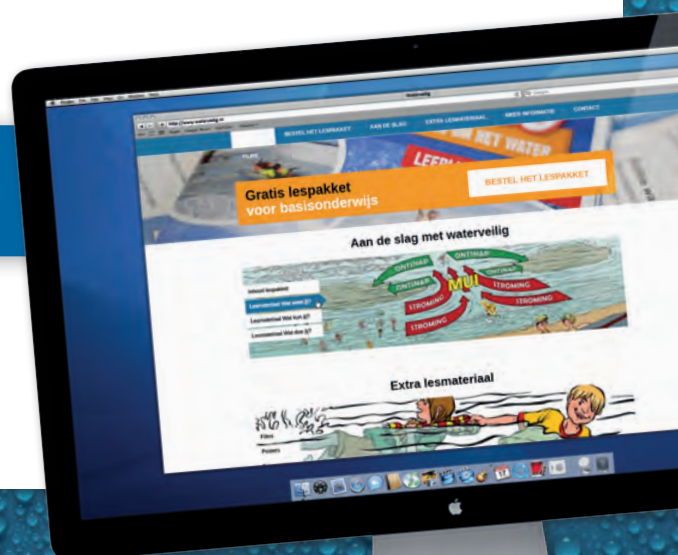
OVER REDDINGSBRIGADE NEDERLAND

De Reddingsbrigade Nederland wil iedereen van het water laten genieten. Bijvoorbeeld met lifeguards die toezicht houden op strand, zee en recreatieplassen. Daar voorkómen ze dat mensen in de problemen komen, en helpen ze als er tóch iets verkeerd gaat. Reddingsbrigade Nederland is opgericht in 1917 en bestaat uit 166 aangesloten brigades in het hele land. Van de 23.000 leden zijn er 5.000 actief vrijwilliger. Die geven ook jong en oud les in zwemmend redden en varend redden. Reddingsbrigades helpen ook bij overstromingen met de evacuatie van mensen en dieren. Daarnaast beoefenen de topsporters van Reddingsbrigade Nederland de sport Lifesaving op wereldtopniveau. De Reddingsbrigade helpt jaarlijks ongeveer 9.000 mensen. Bij 300 daarvan gaat het om een levensbedreigende situatie. Kijk op www.reddingsbrigade.nl voor meer informatie.

OVER DE MAATSCHAPPIJ TOT REDDING VAN DRENKELINGEN

De Maatschappij tot Redding van Drenkelingen (MRD) stelt zich ten doel om "...alles te bevorderen dat kan strekken ter voorkoming van verdrinking en tot ontwikkeling van het reddingwezen voor zover dit op het redden van drenkelingen in de ruimste zin betrekking heeft." Sinds 1767 streeft de MRD dit doel na door succesvolle redden te bekronen met een medaille voor de redder(s) en het geven van voorlichting over redden en reanimeren. Ook stimuleert de MRD onderzoek naar verdrinking. Meer informatie is te vinden op www.drenkeling.nl.

**KIJK VOOR MEER INFORMATIE EN FILMPJES OVER VEILIGHEID
OP EN OM HET WATER OP WWW.WATERVEILIG.NL.**





MEER WETEN?

Waterveilig is een initiatief van de Koninklijke Nederlandse Redding Maatschappij en Reddingsbrigade Nederland, in samenwerking met Stichting Dutch Lifeguards en de Maatschappij tot Redding van Drenkelingen onder toezien oog van verdrinkingsdeskundige dr. J.L.M. Bierens. Dit lespakket werd mede mogelijk gemaakt door een donatie van het Helden ter Zee fonds Dorus Rijkers en de Maatschappij tot Redding van Drenkelingen. Wilt u meer weten over veiligheid op en om het water? Kijk op www.waterveilig.nl.



KNRM



REDDINGSBRIGADE

WATERVEILIG

Postbus 434

1970 AK IJmuiden

T: 0255 548 454

www.waterveilig.nl

